SUISSE

<u>Commandes</u> du mercredi 07/08 au dimanche 11/08/24

<u>Livraison</u> le mercredi 14/08

Les algues, un aliment important !

Les algues, fraîches ou sèches, sont des aliments clés pour l'équilibre nutritionnel. Elles sont largement consommées dans le Sud-Est asiatique, où elles ont fait l'objet d'études épidémiologiques* montrant une incidence plus faible des cancers du sein, du côlon et de la prostate liée à la consommation régulière d'algues. Ces effets pourraient être liés à la présence simultanée dans les algues de différents nutriments comme les polysaccharides sulfatés, des minéraux et oligoéléments, des protéines mais également des métabolites secondaires tels que des polyphénols. Les algues sont également conseillées pour leur richesse incomparable en sels minéraux, pour leurs effets bénéfiques sur le transit intestinal grâce aux fibres solubles, sur la minceur et la thermogenèse grâce à leur concentration en iode.

* - Carper J (1989) Seaweed, or kelp. The Food Pharmacy 1989: 264-8 Bantam Books New York, NY
 - Teas J (1981) The consumption of seaweed as a protective factor in the ethiology of breast cancer. Med Hypotheses 7: 601-13

Cadeau-surprise
offert dans toutes les commandes de
150 CHF*
et plus
*hors frais de port

Commande par téléphone au **+33 (0)1 64 60 21 11** *(tous les jours de 18 à 22 heures)*,
courriel : **serviceclient@orkos.com** ou fax : **+33 (0)1 64 60 21 01**

En promotion cette semaine:

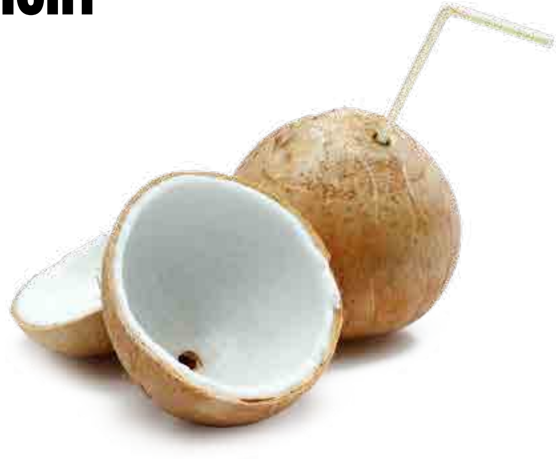
NOIX DE COCO PAGODE LIGHT
DE THAÏLANDE

Remplie d'un jus exquis et tapissée d'une chair tendre.

~~25,20 CHF/kg~~

- 25%
à partir de 6 kg : 18,90 CHF/kg

- 10%
à partir de 3 kg: 22,65 CHF/kg



LITCHI
D'ESPAGNE

Bien mûre, elle prend des saveurs extraordinaires de confiture…

~~25,75 CHF/kg~~

-26%
à partir de 4 kg : 18,75 CHF/kg

- 10%
à partir de 2 kg : 23,15 CHF/kg

Fruit de la saison

19,90 CHF/kg

FIGUE DE BARBARIE D'ESPAGNE

La figue de barbarie pousse avec de minuscules épines que nos producteurs brossent soigneusement, pour éviter tout désagrément lors de sa manipulation à mains nues. Elle n'a pas besoin de mûrir après récolte et se conserve idéalement autour de 6 à 10 °C.

16,00 CHF/kg

Nectarine jaune
Bien juteuse et parfumée.

12,80 CHF/kg

Melon Piel de Sapo
Chair dans les tons vert-jaune, aux arômes de miel…

Fruits du pays

	Pays		Prix unit.
Abricot	Esp	P	18,35/kg
Amande fraîche	Fra	P	18,80/kg
Figue de Barbarie	Esp	P	19,90/kg
Kiwi Gold	New	S	18,40/kg
Melon Piel de Sapo	Esp	P	12,80/kg
Nectarine jaune	Esp	P	16,00/kg

Disponibilité des variétés selon les récoltes.

18,85 CHF/kg

Banane Canaries
Une chair riche au goût prononcé.

18,80 CHF/kg

Amande fraîche
Tendre et laiteuse.

Légumes

	Pays		Prix unit.
Ail	Esp	S	17,95/kg
Betterave rge ronde	Fra	S	13,80/kg
Carotte	Fra	S	13,60/kg
Concombre long lisse	Esp	S	14,25/kg
Curcuma	Per	S	18,95/kg
Fenouil	Fra	S	17,40/kg
Gingembre	Per	S	18,50/kg
Patate douce rose	Esp	P	11,85/kg

Baisses

Sapote Blanco	~~20,00/kg~~	19,30/kg	-3,50 %
Betterave rge ronde	~~14,20/kg~~	13,80/kg	-2,82 %
Litchi	25,75/kg	25,20/kg	-2,14 %
Banane Canaries	19,10/kg	18,85/kg	-1,31 %

Choux

	Pays		Prix unit.
Chou-rave vert	Fra	S	5,30/p.

Algues fraîches

	Pays		Prix unit.
A.fr.Ramallo bq.250g	Esp	P	12,40/p.

14,70 CHF/kg

Gingembre
Consommé aux quatre coins du monde pour ses vertus médicinales.

13,60 CHF/kg

Carotte
Fraîche et croquante !

 (suite p. 8)

22,20 CHF/kg

Mangue Osteen

Une des premières variétés de notre saison de mangue espagnole.

23,80 CHF/kg

Maracuja violet

Il peut être consommé lisse ou fripé.

18,25 CHF/kg

Papaye d'Espagne

Sa chair fondante a une note framboisée.

Fruits exotiques

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Ananas Cayenne	Cam	P	18,45/kg	17,53/kg dès 6kg
Avocat Hass	Esp	P	26,60/kg	25,27/kg dès 4kg
Avocat Lamb-Hass	Esp	P	22,70/kg	21,57/kg dès 4kg
Avocat Lula	Cam	P	21,85/kg	20,76/kg dès 4kg
Avocat Reed	Esp	P	18,95/kg	18,00/kg dès 4kg
Banane Canaries	Esp	P	18,85/kg	17,91/kg dès 5kg
Banane Figue	Cam	P	18,95/kg	18,00/kg dès 4kg
Banane Figue-Pomme	Cam	P	20,45/kg	19,43/kg dès 4kg
Banane Plantain	Cam	P	18,80/kg	17,86/kg dès 4kg
Banane Rose	Cam	P	18,95/kg	18,00/kg dès 4kg
Cabosse de cacao	Cam	P	18,75/kg	17,81/kg dès 2kg
Canne à sucre	Esp	P	14,65/kg	13,92/kg dès 2kg
Coco fraîche	Cam	P	17,70/kg	16,82/kg dès 4kg
Coco Pagode Light	Tha	P	25,20/kg	23,94/kg dès 4kg
Coco sec	Cam	P	17,95/kg	17,05/kg dès 4kg
Drupe de palmier	Cam	P	23,20/kg	22,04/kg dès 1kg
Durian M-Thong 500g	Tha	P	53,45/p.	50,78/p. dès 4p.
Fruit du dragon rge	Esp	P	28,45/kg	27,03/kg dès 3kg
Jaque	Cam	P	20,85/kg	19,81/kg dès 6kg
Litchi	Esp	P	25,20/kg	23,94/kg dès 2kg
Mangue Irwin mini	Esp	P	22,70/kg	21,57/kg dès 4kg
Mangue Osteen	Esp	P	22,20/kg	21,09/kg dès 4kg
Mangue Tommy Atkins	Esp	P	20,25/kg	19,24/kg dès 4kg
Maracuja violet	Esp	P	23,80/kg	22,61/kg dès 3kg
Papaye Espagne	Esp	P	18,25/kg	17,34/kg dès 4kg
Rollinia	Cam	P	26,75/kg	25,41/kg dès 3kg
Safou	Cam	P	30,45/kg	28,93/kg dès 3kg
Sapote Amarillo	Cam	P	23,95/kg	22,75/kg dès 2kg
Sapote Blanco	Esp	P	19,30/kg	18,34/kg dès 3kg
Sève Palmier 350mL	Ind	P	10,20/p.	9,69/p. dès 4p.

Plantes digestives

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Caroube 250g	Esp	P	5,35/p.	5,08/p. dès 12p.
Casse Fistu.déc 220g	Ind	P	13,30/p.	12,64/p. dès 10p.
Casse Fistula bâton	Ind	P	27,60/kg	26,22/kg dès 3kg
Tamarin acidulé	Per	P	26,00/kg	24,70/kg dès 2kg
Tamarin doux 1kg	Tha	P	30,65/kg	29,12/kg dès 3kg

28,45 CHF/kg

Fruit du dragon rouge

Cultivé entre les herbes aromatiques, leur saveur est plus riche !

22,70 CHF/kg

Mangue Irwin mini

Chair délicate aux arômes intenses et captivants !

17,60 CHF/kg

Ananas Cayenne

Chair bien colorée et savoureuse.

Informations générales sur ce catalogue
Les articles de ce catalogue sont soumis aux conditions de vente d'Orkos (disponible par courriel, fax ou courrier sur simple demande).Les prix sont indiqués en CHF, transport non compris. Les informations de cette brochure sont valables dans la limite des stocks disponibles et sous réserve de changements ou d'erreurs typographiques.

Délicieux oléagineux !

14,95 CHF/250g

Noix de macadamia décortiquée

Sa délicieuse saveur beurrée en fait notre noix la plus appréciée.

9,30 CHF/250g

Graine de courge

La finesse de sa saveur vous surprendra !

14,75 CHF/250g

Noix de kénari décortiquée

Une noix exotique à la saveur tendre et intense

24,90 CHF/500g

Noix de cajou avec son tégument

Sa fine peau rose lui donne une saveur relevée !

28,10 CHF/500g

Pistache décortiquée

L'arôme authentique de la pistache. Décortiquée et séchée sans élévation de température.

17,10 CHF/250g

Pignon de cèdre

Un pignon de petite taille à la saveur sucrée-salée, merveilleusement relevée.

Oléagineux

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos
Amande coque friable	Ira	P	33,95/kg	32,25/kg dès 3kg
Amande Ferraduel	Esp	P	15,60/kg	14,82/kg dès 5kg
Amande fraîche	Fra	P	18,80/kg	17,86/kg dès 3kg
Amande Marcona	Esp	P	15,70/kg	14,92/kg dès 5kg
Arachide en coque	Per	P	28,25/kg	26,84/kg dès 5kg
Arachide sèche coque	Ira	P	25,15/kg	23,89/kg dès 5kg
Noisette en coque	Cat	P	20,40/kg	19,38/kg dès 5kg
Noix en coque	Fra	P	17,20/kg	16,34/kg dès 5kg
Pécan en coque	Esp	P	27,10/kg	25,75/kg dès 5kg
Pistache en coque	Esp	P	31,50/kg	29,93/kg dès 5kg
Testset oléagineux	Fra	P	29,15/p.	

Oléagineux décortiqués

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Am. déc. Tuono 500g	Ita	P	17,35/p.	16,48/p.	dès 4p.
Amandon décort 500g	Ira	P	16,45/p.	15,63/p.	dès 4p.
Arachide déc. 500g	Ira	P	14,25/p.	13,54/p.	dès 6p.
Cajou avec peau 500g	Ind	P	24,90/p.	23,66/p.	dès 4p.
Cajou mondée 500g	Ind	P	25,65/p.	24,37/p.	dès 4p.
Graine de crge. 250g	Ira	P	9,30/p.	8,84/p.	dès 6p.
Kénari décort 250g	Ind	P	14,75/p.	14,01/p.	dès 8p.
Macadamia déc. 250g	Mex	P	14,95/p.	14,20/p.	dès 6p.
Macadamia déc. 500g	Mex	P	29,90/p.	28,41/p.	dès 3p.
Noisette décort 1kg	Cat	P	31,40/p.	29,83/p.	dès 2p.
Noisette décort 500g	Cat	P	15,70/p.	14,92/p.	dès 4p.
Pignon de cèdre 250g	Rus	P	17,10/p.	16,25/p.	dès 4p.
Pignon de pin 500g	Esp	P	39,20/p.	37,24/p.	dès 2p.
Pistache décort 500g	Esp	P	28,10/p.	26,70/p.	dès 4p.
Tournesol déc. 500g	Bul	S	9,10/p.	8,65/p.	dès 6p.

Algues séchées

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Dulse sèche 100g	Fra	P	12,35/p.	11,73/p.	dès 10p.
Kombu roy. sèche100g	Fra	P	13,30/p.	12,64/p.	dès 10p.
Nori sèche 100g	Fra	P	13,05/p.	12,40/p.	dès 10p.
Spaghetti mer 100g	Fra	P	11,00/p.	10,45/p.	dès 10p.
Wakame sèche 100g	Fra	P	19,75/p.	18,76/p.	dès 10p.

Olives

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Olive d'Espagne 400g	Esp	P	20,20/p.	19,19/p.	dès 6p.
Olive Esp. mûre 400g	Esp	P	24,75/p.	23,51/p.	dès 6p.

Noisette décortiquée

Sa petite touche sucrée est tout à fait délicieuse !

15,70 CHF/500g

Graines

	Pays		Prix unit.
Gr. de Chanvre 250g	Fra	P	6,70/p.
Graine de Chia 250g	Arg	P	10,80/p.
Graine de crge. 250g	Ira	P	9,30/p.
Lentille verte 500g	Fra	P	9,05/p.
Lin brun 250g	Pol	P	9,00/p.
Pois chiche 500g	Esp	P	7,20/p.
Quinoa 500g	Per	P	9,80/p.
Riz rond 500g	Ita	P	7,70/p.
Sésame 500g	Eth	P	9,25/p.
Sésame brun 500g	Ira	P	12,00/p.
Tournesol déc. 500g	Bul	S	9,10/p.

Testsets et packs

	Pays		Prix unit.
Pack Découverte 3kg	Fra	P	49,80/p.
Pack Découverte 6kg	Fra	P	99,60/p.
Pack Tropical 4kg	Fra	P	61,05/p.
Pack Tropical 8kg	Fra	P	128,75/p.
Testset dattes	Fra	P	30,40/p.
Testset fruits secs	Fra	P	29,25/p.
Testset oléagineux	Fra	P	29,15/p.

La caroube et ses secrets !

Notre caroube est cultivée en Espagne par un producteur accompagnant Orkos depuis ses débuts. Il ne met bien sûr aucun engrais, et la récolte à l'ancienne est entièrement manuelle, les caroubes sont décrochées à l'aide de longs bâtons ou de cannes, puis ramassées sur le sol. Si vous ne connaissez pas encore la caroube, nous vous invitons à tester ses gousses, d'environ 15 cm de long, délicieuses et parfumées. C'est un produit économique et déjà disponible à partir de 250g. Certains disent qu'elles ont parfois une saveur rappelant le chocolat. Alors pourquoi s'en priver ? Profitons de ses nombreuses vertus et redonnons ensemble à ce fruit oublié, mais riche en fibres, sa place dans notre alimentation !

13,80 CHF/250g

Mangue Émeraude séchée

Une petite mangue sauvage du Cameroun dont la chair concentrée est séchée à pleine maturité.

37,25 CHF/kg

Datte Medjool cristallisée

Ses cristaux fondent délicieusement en bouche.

13,40 CHF/500g

Raisin Moscatel séché

De tendres grains à la saveur haute en couleurs !

Fruits secs

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Abricot dénoy. 250g	Tur	P	9,30/p.	8,84/p.	dès 8p.
Ananas séché 250g	Cam	P	12,05/p.	11,45/p.	dès 6p.
Baie de goji 250g	Chi	P	16,15/p.	15,34/p.	dès 8p.
Banane G.Michel 250g	Cam	P	10,15/p.	9,64/p.	dès 8p.
Banane Plantain 250g	Cam	P	9,35/p.	8,88/p.	dès 8p.
Cacao fermenté 250g	Ind	P	11,30/p.	10,74/p.	dès 4p.
Cacao sec pulpe 200g	Cam	P	9,05/p.	8,60/p.	dès 5p.
Caroube 250g	Esp	P	5,35/p.	5,08/p.	dès 12p.
Coco jeune séch.100g	Tha	P	7,45/p.	7,08/p.	dès 10p.
Figue bl.Col Dame ½k	Esp	P	11,75/p.	11,16/p.	dès 10p.
Figue de miel ½kg	Esp	P	11,35/p.	10,78/p.	dès 10p.
Figue persane 500g	Ira	P	16,70/p.	15,87/p.	dès 10p.
Fr.Dragon rouge 100g	Tha	P	7,20/p.	6,84/p.	dès 10p.
Jaque séché 100g	Cam	P	6,35/p.	6,03/p.	dès 4p.
Jujube sèche 225g	Esp	P	13,40/p.	12,73/p.	dès 5p.
Kaki sec 200g	Esp	P	15,35/p.	14,58/p.	dès 6p.
Longane sec 100g	Tha	P	6,75/p.	6,41/p.	dès 6p.
Longane sec 500g	Tha	P	33,75/p.	32,06/p.	dès 2p.
Mangue Emeraude 250g	Cam	P	13,80/p.	13,11/p.	dès 8p.
Mûre blanche 250g	Ira	P	11,55/p.	10,97/p.	dès 10p.
Papaye Solo 250g	Cam	P	11,95/p.	11,35/p.	dès 4p.
Pêche séchée 250g	Ira	P	8,30/p.	7,89/p.	dès 8p.
Raisin brun 500g	Ira	P	13,65/p.	12,97/p.	dès 4p.
Raisin Moscatel 500g	Esp	P	13,40/p.	12,73/p.	dès 4p.
Ramboutan sec 100g	Tha	P	7,00/p.	6,65/p.	dès 6p.
Tamarin acidulé	Per	P	26,00/kg	24,70/kg	dès 2kg
Tamarin doux 1kg	Tha	P	30,65/kg	29,12/kg	dès 3kg
Testset fruits secs	Fra	P	29,25/p.		

12,05 CHF/250g

Ananas séché

De belles rondelles dorées et concentrées.

Pollen

	Pays		Prix unit.
Pollen Espagne 225g	Esp	P	15,10/p.
Pollen Espagne 450g	Esp	P	30,20/p.

Produits de la ruche

	Pays		Prix unit.
Propolis brute 15g	Esp	P	11,55/p.

Autres

	Pays	Prix unit.
Casse-noix cube	Fra	26,45/p.

Soins pour la peau

	Pays		Prix unit.
Arg. v.concassée 1kg	Fra	P	14,70/p.
Argile v.Illite 300g	Fra	P	7,65/p.
Ghassoul 1kg	Mar		18,45/kg
Ghassoul poudre 500g	Mar		9,40/p.
Tube arg.Illite 150g	Fra		5,55/p.
Tube arg.Illite 400g	Fra		13,60/p.

Miels en pot

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Amandier	Esp	P	14,15/p.	13,44/p.	dès 6p.
Bruyère	Esp	P	14,15/p.	13,44/p.	dès 6p.
Châtaignier	Esp	P	14,80/p.	14,06/p.	dès 6p.
Chêne	Esp	P	14,35/p.	13,63/p.	dès 6p.
Citronnier	Esp	P	14,15/p.	13,44/p.	dès 6p.
Lavande	Esp	P	14,15/p.	13,44/p.	dès 6p.
Montagne	Esp	P	14,15/p.	13,44/p.	dès 6p.
Néflier	Esp	P	14,15/p.	13,44/p.	dès 6p.
Oranger	Esp	P	14,15/p.	13,44/p.	dès 6p.
Romarin	Esp	P	14,95/p.	14,20/p.	dès 6p.
Thym	Esp	P	14,95/p.	14,20/p.	dès 6p.

Pots de 500 g.

Dattes

	Pays		Prix unit.	Emballage Orkos	
Bahri tendre	Ira	P	31,15/kg	29,59/kg	dès 5kg
Barhi Iran 1kg	Ira	P	28,05/p.	26,65/p.	dès 5p.
Deglet-N. bran. 1kg	Alg	P	25,00/p.	23,75/p.	dès 5p.
Halawi cristal. 1kg	Cal	P	34,00/kg	34,00/kg	dès 5kg
Helali 1kg	Ira	P	27,95/p.	27,95/p.	dès 5p.
Helali tendre	Ira	P	31,30/kg	31,30/kg	dès 5kg
Khasoui 1kg	Ira	P	29,95/p.	29,95/p.	dès 5p.
Mabroom 1kg	Ara	P	28,85/p.	27,41/p.	dès 5p.
Medjool cristal. 1kg	Cal	P	37,25/p.	37,25/p.	dès 5p.
Medjool rustique 1kg	Ira	P	29,90/p.	29,90/p.	dès 5p.
Medjool tdre crist1k	Cal	P	37,15/p.	37,15/p.	dès 5p.
Mozafati tdre crist.	Ira	P	26,90/kg	25,56/kg	dès 5kg
Piarom 1kg	Ira	P	32,50/kg	32,50/kg	dès 5kg
Saffawi 1kg	Ara	P	29,50/p.	29,50/p.	dès 5p.
Sayer crist. 1kg	Ira	P	26,10/p.	26,10/p.	dès 5p.
Segae 1kg	Ara	P	32,30/p.	32,30/p.	dès 5p.
Shahani 1kg	Ira	P	23,90/p.	22,71/p.	dès 5p.
Sukkari 1kg	Ara	P	28,30/p.	26,89/p.	dès 5p.
Sukkari tendre 1kg	Ara	P	34,45/p.	34,45/p.	dès 5p.
Testset dattes	Fra	P	30,40/p.		
Zahidi crist. 1kg	Ira	P	32,85/p.	32,85/p.	dès 5p.

Quantité minimale : 1 kg

10,20 CHF/350ml

Sève de palmier d'Indonésie
Une boisson exotique et originale !

20,25 CHF/kg

Mangue Tommy Atkins
Une mangue à la bonne saveur de pêche...

Espagne

19,30 CHF/kg

SAPOTE BLANCO
Deux mots pour qualifier ce fruit : finesse et délice.

53,45 CHF/500g

Durian Morn Thong décortiqué
Rappelle la meilleure des crèmes anglaises.

14,65 CHF/kg

Canne à sucre
Doux suc à extraire !

26,60 CHF/kg

Avocat Hass
Un avocat à la chair merveilleusement beurrée.

COMMANDES	LIVRAISONS	STANDARD	BANQUE
Courriel : serviceclient@orkos.com **Tél. :** +33 (0)1 64 60 21 11 *(entre 18 h et 20 h)* **Fax :** +33 (0)1 64 60 21 01	**Jours de livraison :** mercredi Forfait « standard » : **16,95 CHF** Forfait « Poste » : **18,25 CHF** Forfait « garantie » : **26,25 CHF**	**Tél. :** +33 (0)1 64 60 21 00 *(pour nous atteindre en journée)*	**PostFinance** **IBAN** CH12 0900 0000 1000 6270 5 *À chaque versement au guichet postal, 4 CHF sont retenus sur le montant total du versement.*

P = ***Orkos-Prestige*** : toutes les garanties Orkos, contrôlées depuis le producteur jusqu'au consommateur.
S = ***Orkos-Sélection*** : produit sélectionné parmi les meilleurs du marché, selon les critères Orkos.
Les prix sont indiqués en CHF, transport non compris. Conditions de vente par courriel, fax ou courrier sur simple demande. Les informations de cette brochure sont valables dans la limite des stocks disponibles et sous réserve de changements ou d'erreurs typographiques.
Adresse : Orkos – 9, rue du Château – 77650 Soisy-Bouy, France.
Les produits suivants peuvent provoquer des allergies ou des intolérances : arachide, seigle, avoine, épeautre, amande, noisette, noix de pécan, macadamia, noix, noix de cajou, pistache, céleri branche et céleri rave, sésame et moutarde.